



PENTARO

平成 27 年 9 月 2 4 日

～あなたの肌は乾燥してませんか？～

天高く馬肥ゆる秋、皆さまいかがおすごでしょうか？今月は、秋から冬にかけて特に多くなる「皮脂欠乏性湿疹」についてお話します。そもそも、夏は冷房、冬は暖房…エアコンの普及によって、季節を問わず乾燥肌に悩む人が増えています。肌のカサつきを感じたら、美容液やクリームなどで保湿してセルフケアしている人が多いでしょう。

日頃から肌の乾燥を感じていても、「体質だから仕方ない」と諦めている人も少なくないはず。保湿の効果がある程度出ているといいのですが、肌の状態が少しも改善されないまま放っておくと、湿疹が出てくることもあるので注意しなければなりません。これは皮脂欠乏性湿疹と言い、皮膚が乾燥してかゆくなり、かいてしまうことで湿疹になるというもの。基本的には肌が乾燥しやすい高齢者に多い病気ですが、最近では若い人にも増えています。

【主な症状】

皮脂欠乏性湿疹はすねや太もも、腰、脇腹などを中心に強いかゆみが生じます。掻きむしってしまった部分が赤くなったり、湿疹ができたりします。時間の経過とともに色素沈着して、黒ずんでしまう場合も。さらには、粉ふき肌、乾燥による亀裂などの症状も見られます。

【主な治療方法】

皮脂欠乏性湿疹は、視診ですぐに診断することができ、薬物治療が行われます。ここで、治療に使われる主な薬を見てみましょう。

【塗り薬】

皮膚の炎症を抑えるステロイド外用薬や、皮膚の乾燥を防ぐための保湿薬などが用いられます。ステロイド外用薬は、アトピー性皮膚炎の治療薬としてよく知られていますが、皮脂欠乏性湿疹（あるいは乾燥肌）の場合、湿疹による炎症を和らげる効果があります。一方の保湿薬には、尿素軟膏や白色ワセリンなどがあります。

【飲み薬】

かゆみの原因になるヒスタミンという化学物質の働きを抑える抗ヒスタミン薬を服用します。「そのうち治るから」「体質だから」と言ってあきらめて、適切な治療を受けなければ、症状はさらに悪化していきます。本当は普通の「乾燥肌」のうちに、しっかりとケアするのが一番良い方法なのですが、かゆみで夜も眠れないような我慢できないような症状だと、治療に難渋します。そういった症状が出る前に、早め早めに受診していただくと嬉しいです。心よりお待ち申し上げます。

大脇さん退職

大脇さんが9月で退職されました。
長い間、三和皮フ科を支えてくださり
ありがとうございました！！
元気な赤ちゃんを産んでください。
お疲れ様でした。



医療コーナー

日に日に朝晩涼しく、肌が乾燥しがちになるこの時期に、甘い飲食物を摂ってしまいがちです。そうすると、病気にかかりやすくなってしまいます。

【かかりやすくなる主な病気】

1. 乳児乾燥性湿疹
2. 脂漏性皮膚炎
3. アトピー性皮膚炎
4. 慢性じんましん
5. 暴露部位（顔や両手など）の肌荒れ、しみ、かぶれ

【治療・生活指導】

1. 緑黄色野菜を食べる
2. ストレスを発散させる
3. 寝不足は禁物！！
4. 特高薬あり◎
早期の治療を心がけましょう！

☆毎日の生活習慣を見直して、健康に生活しましょう☆

医院：各務原市那加桜町 2 - 368

Tel 383 - 6800

自宅：各務原市三井北町 1 - 171

Tel 382 - 1437

三和ゆき後援会事務所（三和皮フ科北）

Tel 371 - 5558

三和皮フ科HP：<http://miwahifuka.org/>